

PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI PABRIK TEMPE SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN HIGIENITAS DAN KESEHATAN PEKERJA Ai Kurniasih¹, Syahla Farida², Aisyah Salsabila Binawan³, Shelly Putrianti Dewi⁴, Rafi

Ashari Nuryana⁵

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Siliwangi, Indonesia

Email : 224101033@student.unsil.ac.id¹

224101030@student.unsil.ac.id²

ABSTRAK

Industri rumahan seperti pabrik tempe memiliki peran penting dalam perekonomian masyarakat, namun masih menghadapi tantangan dalam penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan kerja. Kurangnya kesadaran dan pengetahuan pekerja terhadap pentingnya PHBS menjadi permasalahan utama yang dapat berdampak pada kesehatan pekerja dan kualitas produk. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pekerja pabrik tempe di Kelurahan Panglayungan, Kota Tasikmalaya, mengenai PHBS melalui sosialisasi yang dilakukan dengan metode ceramah dan media leaflet. Kegiatan dilaksanakan pada 12 Mei 2025 dengan melibatkan 30 pekerja. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test, yang dianalisis dengan uji Wilcoxon. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan dengan p-value 0,001, di mana 96,6% peserta mencapai kategori pengetahuan yang baik setelah kegiatan. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi PHBS secara langsung efektif dalam meningkatkan pemahaman pekerja industri rumahan.

Kata Kunci : PHBS, Pabrik Tempe, Sosialisasi Kesehatan

ABSTRACT

Home industries such as tempe factories have an important role in the community's economy, but still face challenges in implementing Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in the work environment. Lack of awareness and knowledge of workers regarding the importance of PHBS is a major problem that can impact worker health and product quality. The purpose of this activity is to increase the knowledge of tempe factory workers in Panglayungan Village, Tasikmalaya City, regarding PHBS through socialization carried out using lecture methods and leaflet media. The activity was carried out on May 12, 2025 involving 30 workers. The evaluation was carried out using a pre-test and post-test, which were analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a significant increase in knowledge with a p-value of 0.001, where 96.6% of

Article History

Received: Mei 2025

Reviewed: Mei 2025

Published: Mei 2025

Plagirism Checker No 234

Prefix DOI : [10.8734/Krepa.v1i2.365](https://doi.org/10.8734/Krepa.v1i2.365)

Copyright : Author

Publish by : Krepa



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

participants achieved a good knowledge category after the activity. This activity shows that PHBS education is directly effective in increasing the understanding of home industry workers.

Keywords: PHBS, Tempe Factory, Health Socialization

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki berbagai jenis industri rumahan, salah satunya adalah industri pangan seperti pabrik tempe yang tersebar di banyak wilayah. Tempe, sebagai makanan tradisional khas Indonesia, tidak hanya menjadi bagian penting dalam konsumsi harian masyarakat, tetapi juga berperan sebagai sumber mata pencaharian bagi banyak pelaku usaha mikro, kecil, dan menengah. Meskipun memberikan kontribusi positif terhadap perekonomian, industri rumahan seperti pabrik tempe masih menghadapi berbagai kendala, terutama dalam hal penerapan standar kebersihan serta kesehatan kerja yang layak. Salah satu solusi yang dapat diterapkan untuk mengatasi persoalan ini adalah penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan pola hidup yang bertujuan untuk meningkatkan, menjaga, dan melindungi kesehatan fisik, mental, spiritual, serta sosial masyarakat. Melalui pendekatan komunikasi, informasi, dan edukasi, PHBS memberikan kesempatan belajar bagi individu, keluarga, maupun kelompok untuk memahami pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari (Wulan & Hasiholan, 2023).

PHBS di lingkungan kerja secara khusus bertujuan untuk memberdayakan para pekerja agar memiliki kesadaran dan kemauan dalam menerapkan perilaku hidup sehat di tempat mereka bekerja. Tujuan utama dari PHBS di tempat kerja adalah mendorong peningkatan gaya hidup sehat, meningkatkan produktivitas tenaga kerja, menciptakan lingkungan kerja yang bersih dan aman, serta menurunkan tingkat absensi pekerja dan risiko penyakit akibat aktivitas pekerjaan. Dengan menerapkan sembilan indikator PHBS seperti penggunaan air bersih, mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi makanan bergizi, rutin berolahraga, tidak merokok, membuang sampah pada tempatnya, menggunakan jamban sehat, mengenakan alat pelindung diri (APD), dan pemberantasan sarang nyamuk dapat mewujudkan tempat kerja yang lebih sehat sekaligus mendukung peningkatan produktivitas (Astuti & Julaiyah, 2023; Pranoto et al., 2023).

Menurut *World Health Organization*, sekitar 2,2 juta orang di negara berkembang meninggal setiap tahunnya akibat penyakit yang berkaitan dengan sanitasi yang buruk, keterbatasan akses terhadap air bersih, serta perilaku higienis yang tidak memadai. Upaya seperti penyediaan fasilitas sanitasi yang memadai, sistem pembuangan sampah yang baik, serta pemberian edukasi mengenai kebersihan terbukti dapat mengurangi angka kematian akibat diare hingga 65% dan menurunkan kasus penyakit lainnya hingga 26%. Hal ini menjadi peringatan serius, terutama bagi sektor industri kecil seperti pabrik tempe, yang masih sering mengabaikan pentingnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan kerja (Luthfiah et al., 2023).

Berdasarkan data Riskesdas 2017, tingkat penerapan PHBS di kalangan pekerja Indonesia baru mencapai 60,89%, masih belum memenuhi target yang ditetapkan secara nasional. Salah

satu faktor utama yang menyebabkan tingginya risiko penyebaran penyakit menular di kalangan pekerja adalah kondisi lingkungan kerja yang kurang higienis, khususnya di sektor industri rumah tangga. Kondisi ini tidak hanya membahayakan kesehatan para pekerja, tetapi juga berdampak langsung terhadap kualitas produk yang dihasilkan, seperti menurunnya mutu tempe dan meningkatnya risiko kontaminasi yang membahayakan konsumen.

Penerapan PHBS selaras dengan tujuan global dalam *Sustainable Development Goals* (SDGs) 2015–2030, yang menempatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat sebagai indikator penting dalam mewujudkan pembangunan berkelanjutan. Pemerintah Indonesia melalui Kementerian PPN/Bappenas telah lama merancang dan menjalankan program pembinaan PHBS. Namun, tingkat keberhasilan program ini masih menghadapi berbagai hambatan, terutama dalam hal implementasinya penerapannya di lapangan yang belum merata di seluruh wilayah (Dwi et al., 2020). Kurangnya pengetahuan mengenai PHBS, rendahnya kesadaran pekerja, serta minimnya fasilitas pendukung menjadi beberapa faktor yang menghambat penerapannya. Akibatnya, berbagai penyakit seperti diare, cacangan, penyakit kulit, dan gangguan pencernaan masih kerap ditemui di lingkungan kerja industri rumahan. Untuk itu, edukasi yang berkelanjutan, penyediaan sarana sanitasi yang layak, serta peran aktif pemerintah dan pemilik usaha menjadi kunci dalam meningkatkan penerapan PHBS di pabrik tempe dan sektor industri kecil lainnya (Sinaga & Fidorova, 2023).

Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan identifikasi masalah di pabrik tempe yang berada di Kelurahan Panglayungan, ditemukan bahwa penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan kerja masih belum terlaksana dengan baik. Beberapa permasalahan yang ditemukan antara lain kurangnya kesadaran pekerja akan pentingnya kebersihan, minimnya fasilitas pendukung seperti tempat cuci tangan dan alat pelindung diri (APD), serta pengelolaan limbah yang belum optimal. Sebagian besar pekerja belum memahami indikator dan manfaat PHBS, serta belum pernah menerima pelatihan atau edukasi khusus terkait kebersihan dan kesehatan kerja. Kondisi ini tidak hanya membahayakan kesehatan para pekerja, tetapi juga berisiko menurunkan kualitas tempe yang dihasilkan serta kepercayaan konsumen terhadap produk. Oleh karena itu, diperlukan sosialisasi dan edukasi yang komprehensif mengenai pentingnya penerapan PHBS di tempat kerja, agar para pekerja dapat memahami dan menerapkannya secara konsisten demi menciptakan lingkungan kerja yang sehat, meningkatkan produktivitas, serta menjaga kualitas produk yang dihasilkan.

METODE

Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan informasi melalui metode ceramah kepada pekerja di pabrik tempe. Media yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah berupa leaflet.

TEMPAT DAN WAKTU

Pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut :

Tempat : Jalan Ampera, Kelurahan Panglayungan, Kecamatan Cipedes, Kota Tasikmalaya

Waktu Pelaksanaan Kegiatan : Senin, 12 Mei 2025

METODE KEGIATAN

Metode pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan dengan menggunakan beberapa tahapan antara lain:

1. Perencanaan

Tahap pertama dari kegiatan ini adalah perencanaan, yang dilakukan bersama tim pengabdian mahasiswa dari Universitas Siliwangi yang berperan sebagai fasilitator. Mahasiswa akan memfasilitasi kegiatan sekaligus menyampaikan materi terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Pabrik Tempe sebagai upaya untuk meningkatkan kebersihan dan kesehatan para pekerja. Rencana kegiatan mencakup beberapa tahapan, antara lain diskusi bersama tim, penyusunan pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan pekerja, penyusunan materi edukasi, serta persiapan media pendukung penyampaian informasi. Media yang digunakan berupa media cetak yaitu leaflet yang dipilih karena mudah dijangkau dan dapat dilihat serta dibaca oleh pekerja. Leaflet dinilai efektif dalam menyampaikan informasi secara visual dan ringkas, menarik perhatian, serta membantu meningkatkan kesadaran tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

2. Pelaksanaan Kegiatan

Tahap kedua adalah pelaksanaan kegiatan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada pekerja pabrik tempe yang berada di sekitar Jalan Ampera, Kelurahan Panglayungan, Kecamatan Cipedes, Kota Tasikmalaya. Rangkaian kegiatan dilaksanakan pada hari Senin, 12 Mei 2025, dan diawali dengan pembukaan oleh pembawa acara (MC). Selanjutnya, peserta diminta untuk mengisi soal pre-test yang berkaitan dengan materi PHBS. Setelah itu, sesi penyampaian materi dimulai, di mana para pekerja pabrik tempe diberikan penjelasan mengenai pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Setelah diberikan materi, kami membuka sesi diskusi lalu dilanjutkan dengan pengisian post-test sebagai alat evaluasi untuk melihat peningkatan pemahaman setelah sosialisasi berlangsung. Kegiatan kemudian ditutup kembali oleh MC dan diakhiri dengan sesi dokumentasi.

3. Evaluasi

Tahap ketiga merupakan tahap evaluasi. Kegiatan edukasi yang telah diberikan berjalan dengan baik dan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman pekerja setelah kegiatan dilaksanakan. Tingkat partisipasi pekerja juga cukup tinggi, ditunjukkan melalui antusiasme selama kegiatan berlangsung. Proses pelaksanaan berlangsung interaktif, terutama saat sesi diskusi, yang memperlihatkan keterlibatan aktif antara pemberi materi dan para pekerja. Jumlah pekerja yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 30 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi ini sebagai upaya meningkatkan higienitas dan kesehatan pekerja yang telah dilaksanakan pada pekerja pabrik tempe yang berada di Jalan Ampera, Kelurahan Panglayungan, Kecamatan Cipedes, Kota Tasikmalaya. Kurangnya pengetahuan pekerja terkait

PHBS menjadikan fokus kegiatan sosialisasi melalui pemaparan mengenai PHBS. Kegiatan sosialisasi ini sudah terlaksana dengan beberapa bagian yang pertama adalah kegiatan pengisian pre-test kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat.



Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 12 Mei 2025, menggunakan metode tatap muka (luring) yang menggabungkan penyampaian materi secara ceramah dan sesi tanya jawab selama kurang lebih 30 menit. Kegiatan dimulai dengan pengisian survei pengetahuan (pre-test) melalui lembar soal yang terdiri dari lima pertanyaan pilihan ganda, yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman pekerja sebelum menerima materi edukasi. Pada sesi kedua, dilakukan sosialisasi yang bertujuan menyampaikan informasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada para pekerja pabrik tempe. Materi disampaikan melalui ceramah yang dilanjutkan dengan diskusi dan sesi tanya jawab. Kegiatan ditutup dengan pengisian survei pengetahuan (post-test) untuk mengevaluasi apakah terjadi peningkatan pengetahuan setelah edukasi diberikan.

Dari evaluasi kegiatan peningkatan rata-rata dari nilai pre-test dan post-test menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan para peserta. Hal tersebut dapat dibuktikan melalui uji SPSS dari hasil kuesioner hasil pre-test dan post-test yang telah dilakukan (ditampilkan dalam tabel 1).

Tabel 1. Hasil Uji Statistik Pengetahuan Peserta

Variabel	Jumlah Negative Rank	Jumlah Positive Rank	Jumlah Ties	P value
Pre- Test	29	0	1	0,001
Post-Test				

Berdasarkan hasil dari uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat satu peserta yang 29 pekerja mengalami peningkatan nilai, dan 1 pekerja tidak menunjukkan perubahan antara nilai pre-test dan post-test. Dengan nilai p-value sebesar 0,001 yang lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta yang hadir (lihat Tabel 1).

Selain itu, hasil uji tersebut menunjukkan bahwa 96,6% peserta memiliki pengetahuan dan pemahaman mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini sejalan dengan program pengabdian masyarakat yang menyatakan bahwa jika rata-rata nilai post-test mencapai di atas 75%, maka kategori pengetahuan peserta dapat dianggap baik (Maria, 2023). Penyampaian materi secara langsung juga berkontribusi pada kemudahan interaksi antara peserta dan pemateri, sehingga efektif dalam bertukar informasi melalui sesi diskusi dan tanya jawab.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan pada pekerja pabrik tempe yang berada di Jalan Ampera, Kelurahan Panglayungan, Kecamatan Cipedes, Kota Tasikmalaya, bertujuan sebagai upaya meningkatkan higienitas dan kesehatan pekerja. Melalui serangkaian tahapan yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi, mahasiswa Universitas Siliwangi menyampaikan materi tentang PHBS. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan di antara peserta, dengan p-value sebesar 0,001 dari uji Wilcoxon, yang menunjukkan bahwa 96,6% peserta memahami materi yang disampaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, B. W., & Julaikah. (2023). Perilaku Hidup Bersih Sehat Untuk Meningkatkan Produktivitas Kerja di Peternakan Unggas Nada Farm Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan (Abdigermas)*, 1(1), 30–35. <https://doi.org/10.58723/abdigermas.v1i1.8>
- Dwi, P., Ambar, C., & Ridlo, I. A. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. 8(1), 47–58. <https://doi.org/10.20473/jpk.V8.I1.2020.47-58>
- Luthfiah, M., Aidha, Z., Khairunnisa, S. A., Aminah, S., Anggraini, Y., & Hayati, Z. (2023). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Pelayanan Kesehatan Masyarakat di Puskesmas Tuntungan 1 Kecamatan Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. *El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 885–895. <https://doi.org/10.47467/elmujtama.v3i3.3050>
- Sinaga, H., & Fidorova, Y. (2023). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Siswi di Lingkungan SMA Pancur Batu Sumatra Utara Menggunakan Metode PRISMA. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 223–230. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v1i4.243>
- Wulan, H. S., & Hasiholan, L. B. (2023). Upaya Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Setelah Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Gemah Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. *Majalah Ilmiah Inspiratif*, 9(16), 61–81. <http://jurnal.unpand.ac.id/index.php/INSPI/article/view/1970/1900>